

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

13 июня 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША "ДРУЖБА" | 200 | 5,1 | 6 | 25 | 176 | 0,5 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/8 | 3 | 7,8 | 20,7 | 165 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3 | 2,4 | 13,3 | 87 | 0,5 |
| Итого | | | 448 | 11,1 | 16,2 | 59 | 428 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0,5 | 0,5 | 12,9 | 62 | 13,2 |
| Итого | | | 150 | 0,5 | 0,5 | 12,9 | 62 | 13,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 7,7 | 7 | 16,6 | 161 | 4,8 |
| | | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ | 200 | 6 | 7,3 | 23,3 | 184 | 11,8 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 7,8 | 31 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,3 | 0,4 | 24,2 | 104 | 0 |
| Итого | | | 700 | 16 | 14,7 | 71,9 | 480 | 16,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| Итого | | | 250 | 9,4 | 9,8 | 46,5 | 314 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | РЫБА ТУШЁННАЯ С ОВОЩАМИ | 70/40 | 8,4 | 3,8 | 4 | 83 | 0,6 |
| 2012 | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 120 | 5,4 | 4,7 | 34,9 | 204 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 8,1 | 32 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| Итого | | | 470 | 16,9 | 8,7 | 66,5 | 411 | 0,6 |
| Всего | | | | 53,9 | 49,9 | 256,8 | 1695 | 32,4 |

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №88"

/Борисова О.В./

МЕНЮ

13 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША "ДРУЖБА" | 150 | 4,5 | 5,1 | 19,7 | 144 | 0,5 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/6 | 2,3 | 5,9 | 15,4 | 124 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 170 | 2,9 | 2,4 | 11,1 | 79 | 0,5 |
| Итого | | | 356 | 9,7 | 13,4 | 46,2 | 347 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 150 | 0,5 | 0,5 | 12,9 | 62 | 13,2 |
| Итого | | | 150 | 0,5 | 0,5 | 12,9 | 62 | 13,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 150 | 5,4 | 5,3 | 10,1 | 111 | 3 |
| | | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ | 150 | 5 | 5,9 | 18,7 | 148 | 9,4 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,8 | 0,3 | 19,3 | 83 | 0 |
| Итого | | | 520 | 12,2 | 11,5 | 54,9 | 369 | 12,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 | 0,8 |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| Итого | | | 200 | 8,1 | 8,6 | 44,2 | 288 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ | 60/30 | 8,3 | 3,7 | 2,9 | 78 | 0,5 |
| 2012 | 204 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 100 | 3,8 | 3,7 | 24 | 144 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 7 | 28 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| Итого | | | 400 | 14,4 | 7,6 | 48,5 | 319 | 0,5 |
| Всего | | | | 44,9 | 41,6 | 206,7 | 1385 | 27,9 |